Летом катайся на

Зимой катайся на

ЗАНИМАЙСЯ СПОРТОМ

КАЖДЫЙ ДЕНЬ

КУПАЙСЯ И ЗАКАЛЯЙСЯ

# Правила Здорового Образа Жизни

*БМА ДОУ «Детский сад №17»*

СПИ НЕ МЕНЕЕ 9 часов

ПРАВИЛЬНО ПИТАЙСЯ

СОБЛЮДАЙ ЧИСТОТУ ОДЕЖДЫ

ЧИСТИ ЗУБЫ не менее 2 минут

СОБЛЮДАЙ СОВЕТЫ

ДОКТОРА ПИЛЮЛЬКИНА

ГУЛЯЙ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ

ЕЖЕДНЕВНО ПРИНИМАЙ

ВОДНЫЕ ПРОЦЕДУРЫ

ДЕЛАЙ УТРЕННЮЮ ЗАРЯДКУ